بسم الله الرحمن الرحیم



خلاصه کتاب

شیوه‌های مفید برای زندگی با سعادت

مولف:

عبدالرحمن بن ناصر السعدی در سال 1307 به دنیا آمد و در سال 1376 هجری قمری درگذشت. وی از بارزترین علمای زمان خود و از امامان محقق بود.





سبب تالیف کتاب:

زمانی که در سال 1373 برای درمان بیماری به لبنان سفر کرده بود با کتابی به اسم (نگرانی‌ها را رها کن و زندگی کن) از نویسنده‌های آمریکایی به نام دیل کانیجری آشنا شد، شیخ آن کتاب و شیوه نگارشش را پسندید، لذا با اقتباس از آن، کتاب (شیوه های مفید برای زندگی با سعادت) را تالیف نمودند.



1. ایمان به الله ـ وعمل صالح:

ایمان به الله ـ انسان را به سوی صبر کردن رهنمون ساخته و باعث رضایت و قناعت به آنچه الله ـ برایش مقدر کرده، می‌گردد.



2. نیکی به خلایق با گفتار و عمل :

احسان به دیگران باعث جلب احسان به خودمان می‌شود و بدی را از ما دور می‌کند.

3. مشغول شدن با علم و عمل سودمند:

و این امر سبب می گردد که انسان نگرانی‌ها را فراموش نماید.



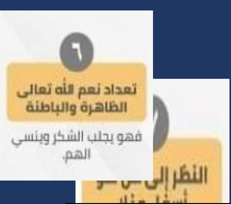
4. فکر کردن به عمل روزانه:

پس غم گذشته و غصه آینده را مخور، پیامبر ص از غم و ناراحتی به الله ـ پناه می‌برد.



5. ذکر الله ـ را زیاد گفتن:

همانا یاد الله ـ باعث اطمینان خاطر و آرامش قلبها می‌گردد.



6. یادآوری نعمت‌های آشکار و پنهان الله ـ:

همانا باعث شکرگزاری و فراموشی غم‌ها میشود.

7. نگاه کردن به وضعیت کسی که از ما فقیرتر است:



8. گذشته‌ها را به باد فراموشی بسپار:

هر آنچه که گذشته است هرگز بر نمی‌گردد، وفکر کردن به آن دیوانگی و بیهوده است.



9. طلبیدن از الله ـ:

چنانکه در حدیث بیان شده است: که از الله ـ طلب نماید" که دنیا و آخرتش را اصلاح کند".



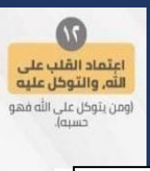
10. احتمال مشکلات بدتر را در نظر بگیرد:

در هنگام رخ دادن پیشامد ناگوار، احتمال دهد که ممکن بود بدتر از آن رخ دهد تا بدین‌گونه از صدمات و فشار روحی آن کاسته شود گردد.



11. **خود را مشغول توهمات و خیال پردازی نکند:**

توهم باعث پیدایش افکار بد می‌شود و انتظار حادثه‌های تلخ را به همراه دارد و سبب اصلی غصه‌ها و بیماری‌ها است.



12. اعتماد قلبی و توکل کردن فقط به الله ـ:

و هر کس به الله ـ توکل کند، الله ـ برایش کافی است.

13. تحمل نمودن در مقابل خطاهـاي ديگـران وصـبر کـردن بـر ناملایمتی‌هایشان:

هر انسانی را عیب، نقص و خطایی هست که ممکن است از آن خوشت نیاید؛ اما خوبی‌های بسیاری دارد آنها را در نظر بگیر و به دید مثبت به



14. خودت را درگیر مسایل کوچک مکن:

وقتی که نفس خودت را به تحمل مصیبتها و مشکلات بزرگ عادت میدهی، پس بدیهی است که باید مشکلات کوچک را رها کنی.

15. زندگی کوتاه است:

زندگی حقیقی با همان کوتاه بودنش، همانا سعادت و آرامش را می‌طلبد پس آن را با غم وغصه تباه نکن.



16. اغلب دلواپسی‌ها و غصه‌ها حقیقت ندارد:

اکثر چیزهایی که بخاطر آنها اضطراب و دلهره داشتهایی رخ نداده است، پس مگذار که احتمالات ضعیف بر اراده قوی تو غلبه کنند.



17. از ناملایمتی دیگران اندوهگین مشو:

همانا شخص، نتیجه بد آزار رساندن به دیگران را می بیند، اگر به گناه



18. زندگی‌ات، دنباله رو افکار خودت می‌باشد:

اگر به گونه‌ایی فکر کنی که به دین و دنیای خودت نفع برسانی، پس زندگی خوب و با سعادتی خواهی داشت و اگر خلاف آن باشد بدان که ضرر کردی.



19. از مردم انتظار تشکر نداشته باش:

اگر به کسی که بر تو منتی داشته و یا که حتی هیچ حقی ندارد، خوبی کردی، بدان که این معامله‌ایی ما بین تو و الله ـ است، پس انتظار تشکر دیگران را نداشته باش.



20. خودت را به چیزی که نفع دارد مشغول کن:

اموری که ضرر دارد باعث بوجود آمدن غصه و ناراحتی میشوند، پس به کارهای سودمند مشغول شو.



21. کارها را در وقتشان به اتمام برسان:

اگر کارها در وقتشان تمام نشوند باعث میشود که کارهای قبل و بعد باهم انباشته شده و مشغولیتت بسیار می‌گردد.

22. کارهای مهمتر را اول انجام بده:

همیشه از کارهای مهم شروع کن و چیزی را که به آن علاقه داری را انتخاب کن تا باعث بیزاری و خستگیات نشود. و مشورت کن و بدان با مشورت کردن کسی پشیمان نمیگردد.